

# **AVALIAR O RISCO DE QUEDAS ASSOCIADO À DUPLA TAREFA EM IDOSOS JOVENS (APOIO UNIP)**

**Aluna:** Juliana Aquino F. de Oliveira

**Orientadora:** Profa. Dra. Thaís Santos Contenças

**Curso:** Fisioterapia

**Campus:** Santos Rangel

**Resumo:** O objetivo do presente estudo foi avaliar os efeitos da dupla tarefa em idosos jovens, utilizando o Teste TUG *Time Up & Go* manual, cognitivo e motor e assim obter resultados, pois se espera que o maior risco de quedas seja provocado devido à intensidade e à quantidade de atividades associadas. **Métodos:** Estudo transversal randomizado, em que se obteve a participação de 10 voluntários, dentre eles apenas 1 homem, com a idade de 60 a 69 anos. Para a avaliação foram aplicadas escalas para analisar o risco de quedas, preocupação em cair, mobilidade funcional, equilíbrio, alterações cognitivas e aptidão física, na devida ordem: Escala de Eficácia de quedas (FES-I), Escala Downton, Escala de Equilíbrio Funcional (BERG), Mini Exame do Estado Mental (MEEM) e Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). A Dupla tarefa e a capacidade motora foram observadas por meio do teste *Timed Up and Go basal*, TUG associado à tarefa motora (TUGM) e TUG associado à tarefa cognitiva (TUGC). **Resultados:** Foi notável observar distinção significativa nos TUGs ( $p < 0,001$ ). A média do TUGB foi de  $10,14 \pm 0,93$ . Quando comparado o TUGB com o TUGM, obteve-se crescimento do tempo médio para  $11,03 \pm 1,25$  ( $p=0,116$ ), esse acréscimo do tempo médio também foi reparado no TUGC para  $13,15 \pm 2,54$  ( $p=0,001$ ). **Conclusão:** Podemos sugerir que os participantes avaliados apontaram um desempenho inferior ao executar atividades associadas à dupla tarefa, obtendo uma demanda maior de tempo para realizar as atividades propostas, principalmente quando associada à tarefa cognitiva, indicando risco de quedas e comprometimento na mobilidade funcional.